



さいたま市立浦和大里小学校

令和7年5月

知っていますか？『食育の日』

「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する正しい知識や「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。毎月19日は、自分や家族の食生活を見直す「食育の日」です。「食育の日」を機に、ご家庭でも食育に取り組んでみませんか？

☆さいたま市の取組☆

～さいたま市5つの「食べる」～

- 【さ】…「三食しっかり」食べる
- 【い】…「いっしょに楽しく」食べる
- 【た】…「確かな目をもって」食べる
- 【ま】…「まごころに感謝して」食べる
- 【し】…「食文化や地の物を伝えあい」食べる



☆本校の取組☆

「食育の日」にちなんで、毎月19日に給食を通して日本各地の郷土料理を紹介します。

この取組は、さいたま市5つの「食べる」の【し】「食文化や地のものを伝えあい食べる」に該当します。

☆ご家庭での取組☆

例えば…

- ・家族と一緒に食べる
 - ・感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
 - ・地場産物を食事に取り入れる
 - ・一緒にご飯を作る など
- できることから始めましょう！！

～給食室より～

4月10日より今年度の給食が始まりました。クラスのお友達と協力してテキパキと準備をする姿や、机を班の形にし、楽しく会話をしながら給食時間を過ごしている姿が多く見られます。今年度も給食時間の約束として、配膳時は全員マスクをつけて活動します。おはしとマスクは毎日給食の小袋に入れて持ってきてきましょう。

★1年生の給食が始まりました★

4月17日から1年生の給食が始まりました。どのクラスも配膳の仕方・食べ方・片付け方を学んで、少しずつ上手にできるようになっています。

